

## 共働き家庭の“新婚クッキング”事情を大調査！ 愛の証!? 約6割が新婚時は現在よりも料理に手をかけていたと回答

手作りへのこだわりは約1年で消失、  
今は8割以上が時短・簡単調理でも「愛情は減らない」！

共働き家庭の食卓に、  
ニッスイ「今日のおかず レンジでつくる」シリーズ

日本水産株式会社（代表取締役 社長執行役員 的埜 明世、所在地:東京都港区、以下「ニッスイ」）は、共働き家庭の食事準備の時短に役立てていただく商品として、家庭用冷凍食品「今日のおかず レンジでつくる」シリーズから「青椒肉絲」「回鍋肉」「麻婆茄子」を今年3月に新発売しました。

そこで、共働き家庭で料理づくりを担当している20～40代男女500名を対象に、新婚当時の料理行動＝“新婚クッキング”と現在の意識・実態の変化について調査を行いました。

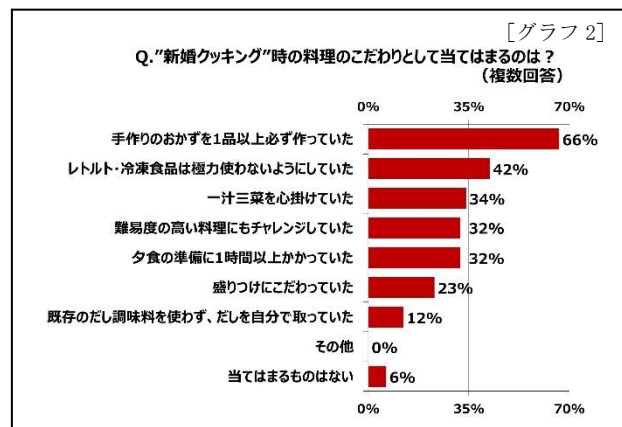
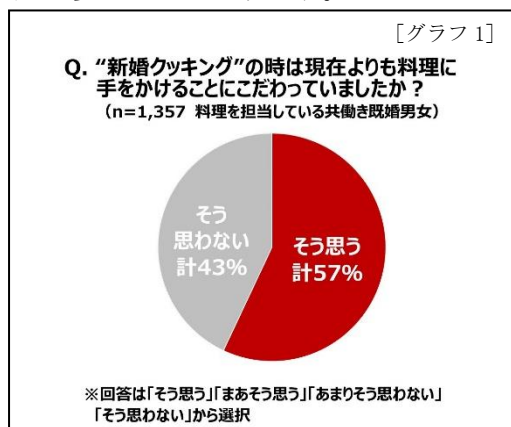
### [調査概要]

- ・調査対象：事前調査(※)で“新婚クッキング”の際に、料理に手をかけることにこだわった経験があると回答した20～40代共働き男女500名（男性：41名、女性：459名）  
ふだんから料理を担当しており、夫婦ともに正社員、結婚1年以上、年代別で均等割付
- ※事前調査：料理づくりを担当していると回答した共働きの既婚男女1,357名
- ・調査期間：2019年4月4日（木）～5日（金）
- ・調査方法：インターネット調査

### ◆“新婚クッキング”時に約6割が「料理にこだわり」。そのうち「手作りのおかず1品以上」の人は約7割

現在料理づくりを担当している共働き男女のうち、“新婚クッキング”で料理に手をかけることにこだわっていた人は約6割（57%）となりました [グラフ1]。

この層500名を対象に当時の様子についてきくと、1位は「手作りのおかずを1品以上必ず作っていた」（66%）、2位は「レトルト・冷凍食品は極力使わない」（42%）、3位は「一汁三菜を心掛けていた」（34%）となりました [グラフ2]。“新婚クッキング”では、特に「手作り」にこだわる人が多いといえそうです。

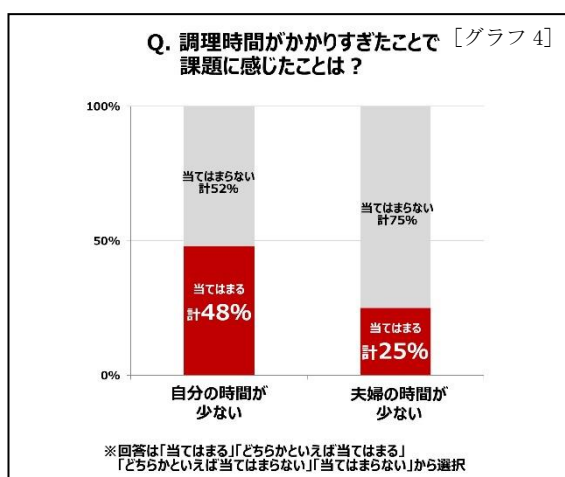
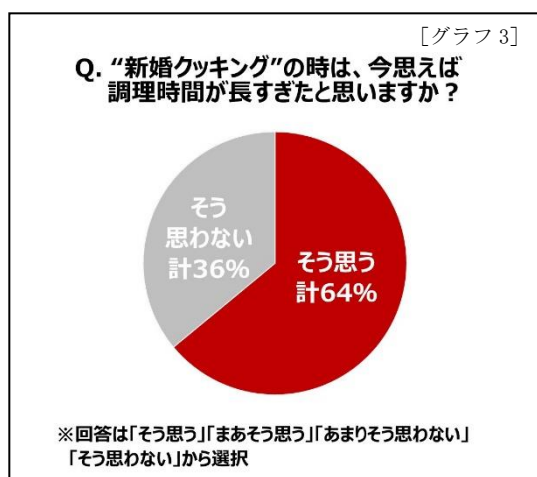


また、具体的にその様子をきくと、「カレーのルーからこだわり作っていたら、時間が半日以上かかった」（29歳男性）、「和食を中心に作っていたので、煮物などが多く調理時間が長いものばかり作っていた。できるだけ市販の顆粒だしなどは使わずお出汁にこだわっていた」（32歳女性）など、手作りであるだけでなく、時間をかけていた人も見られます。

◆こだわりの理由は「手作りおかずは愛情表現」、しかし、調理時間の長さで夫婦や自分の時間が犠牲に

続いて料理に手をかけることにこだわっていた理由をきくと、「パートナーへの愛情表現になると思ったから」（79%）、「“おかずの品数が多い家庭＝理想の家庭”というイメージがあったから」（77%）と、手作りおかず＝パートナーへの愛情だと思っていたという人が多いことがわかりました。一方で、“新婚クッキング”の課題をきくと、「今思えば調理時間が長すぎた」（64%）と回答した人が6割超も見られました [グラフ 3]。

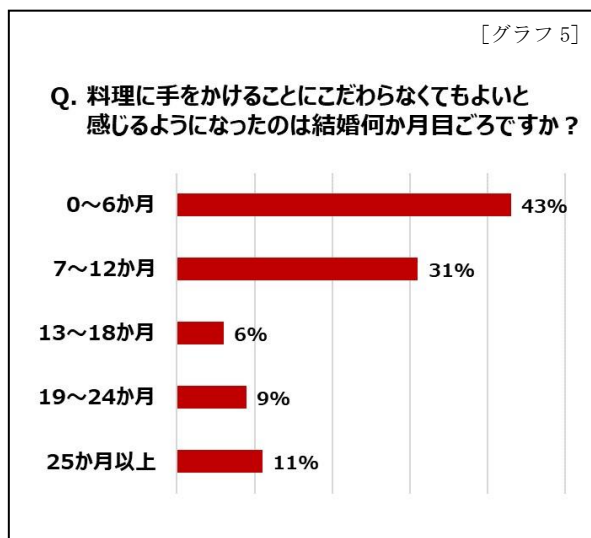
また、調理時間がかかりすぎたことで「自分の時間が少ないと感じることがあった」という人は約半数（48%）、「夫婦の時間が少ないと感じることがあった」という人も4人に1人（25%）見られました [グラフ 4]。調理時間が長いことで、夫婦や自分の時間が犠牲になっていたことがうかがえます。



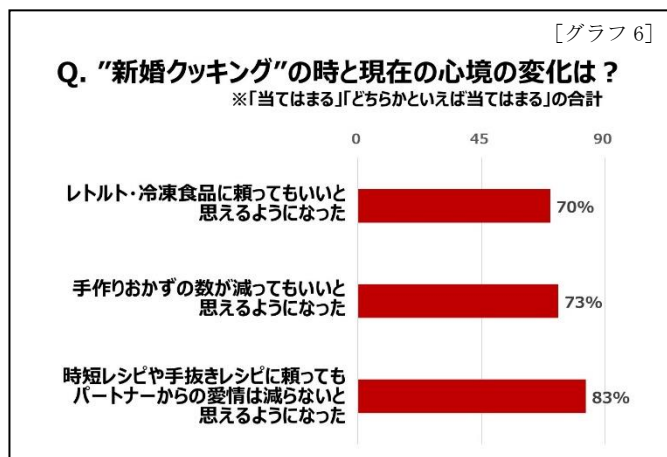
◆“新婚クッキング”のこだわりは7割以上が1年以内に消失。今では8割以上が「時短でも愛情は減らない」

では、“新婚クッキング”時のこだわりはいつまで続いたのでしょうか。結婚何か月目からこだわらなくてもよいと感じるようになったかきくと、7割以上が1年以内にこだわらなくなったと回答しています（12か月以下：74%）。

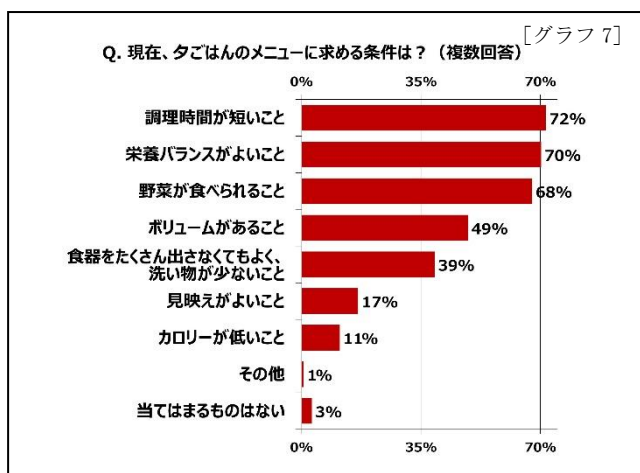
一方で、1年以上こだわりつづけた人も2割以上見られます [グラフ 5]。



当時と現在の心境の変化についてきくと、「手作りおかずの数が減ってもいいと思えるようになった」(73%)、「レトルト・冷凍食品に頼ってもいいと思えるようになった」(70%)と回答した人がどちらも7割以上見られ、手間と時間をかけた「手作りおかず」から解放された人が多いことがわかります。さらに、「時短レシピや手抜きレシピに頼ってもパートナーからの愛情は減らないと思えるようになった」(83%)人も8割超となりました〔グラフ6〕。



◆現在、共働き男女が家庭の夕食に求める条件は、「時短」かつ「栄養バランス」



最後に、“新婚クッキング”のこだわりから解放された現在、家庭での夕食のメニューに求める条件をきくと、1位は「調理時間が短いこと」(72%)となり、「時短」は必須であることがうかがえます。

さらに「栄養バランスがよいこと」(70%)、「野菜が食べられること」(68%)が続きました〔グラフ7〕。「時短でいろんな栄養が摂れ、豪華に見える晩ごはんが理想的」(44歳女性)といった声も聞かれ、時短でかつ栄養バランスの取れるメニューが求められていることがわかります。

また、「ボリュームがあること」(49%)、「食器をたくさん出さなくてもよく、洗い物が少ないこと」(39%)への意向も見られる結果となりました。

**共働きの夕食に！手軽に豪華な“ワンプレ中華”も作れる  
 ニッスイ「今日のおかず レンジでつくる」シリーズ**

今回の調査では、“新婚クッキング”時にはパートナーへの愛情から料理に手をかけることにこだわる人が多いこと、一方で時間の経過とともにこだわりが消え、時短メニューに頼っても夫婦間の愛情は冷めない、考えが変化した人が多いという結果になりました。また、共働き家庭の夕食に求められる条件は、時短だけでなく栄養バランスが取れていることも重要であることも明らかになりました。

ニッスイが2019年3月に発売した家庭用冷凍食品「今日のおかず レンジでつくる 青椒肉絲」「同 回鍋肉」「同 麻婆茄子」は、そんな共働き家庭の夕食をサポートする商品です。

チンしてお皿に盛り付けてごはんや付け合わせを足すだけで、手間をかけず豪華なワンプレート料理「ワンプレート中華」も作ることができます。ぜひ、夕食のメニューとしてお試しください。

●商品画像



●商品特長

- ・野菜のトレーと、肉などの具の入ったソースのトレーが二重になっています。  
凍ったまま、野菜が入ったトレーに具入りソースをのせて、電子レンジであたためるだけで召しあがれます。
- ・しっかりとした野菜の食感が楽しめます。
- ・本格中華の味わいです。

●価 格

オープン価格

●販売地域・業態

全国の量販店冷凍食品売場